

稚内市働く婦人の家 サークル活動一覧表

令和7年10月現在

曜日	週	サークル名	募集	活動時間及び場所		活動内容	部費(月)
月		みどりの会	無	4F音楽室	9:00～12:00	カラオケ	
		楽々麻雀愛好会	○	3F講習室(1)	9:30～12:00	麻雀	200
	月1回	東太極拳サークル	○	1F日常生活訓練室	9:30～12:00	太極拳	1,000
	月/木	フォークダンス	○	4F軽運動室	月10:00～12:00 木13:00～15:00	フォークダンス	750
	月/土 月1回	ゆりの会	○	3F和室	月10:00～13:00 土18:00～20:30	お茶	300
	2週目 4週目	花みずき	○	3F講習室(2)	10:00～14:00	パッチワーク	
	2週目 4週目	稚内織物研究会	○	1F創作作業室	13:00～15:00	織物	
		マルメロの会	無	1F日常生活訓練室	13:00～15:00	健康体操等	
		やませ	○	3F研修室(1)	13:00～15:00	絵手紙	年1,000
	1週目 3週目	革工芸Tmo	○	3F講習室(1)	13:00～15:00	革工芸	2,600
		レイアロハプラススタジオ 稚内ノースプア	○	4F軽運動室	13:00～17:00	フラダンス	4,000
		お茶	○	3F和室	17:30～21:00	茶道(裏千家流)	2,000
		アシュタンガヨガ稚内	無	1F日常生活訓練室	18:30～20:45	アシュタンガヨガ	
		健康美体操(月)	○	4F軽運動室	19:00～20:15	健康体操	1,500
		Blue Lace	○	3F研修室(1)	19:00～21:00	ビーズ手芸	
火		健康美体操(火)	無	4F軽運動室	10:00～11:30	健康体操	2,000
		稚内籐菊会	○	3F会議室(和)	12:00～15:00	日本舞踊	5,000
		火曜カラオケ	○	4F音楽室	12:00～14:00	歌を通じての親睦	
	1週目	あすなろ会	無	3F和室	12:00～15:00	お茶	
		ミニバレーボール	○	体育センター	13:00～15:30	ミニバレー	半年1,000
	火/木	アルメリア	無	3F講習室(1)	13:00～16:00	麻雀	
		あじさいコーラス	○	1F日常生活訓練室	13:30～15:00	コーラス練習	2,000
	火/木	民謡松涛会	○	火 4F軽運動室 火 4F集会室	火18:00～21:00 木13:00～16:00	民謡・三味線	2,500
		みんなで楽しく歌う会	○	1F日常生活訓練室	19:00～20:30	合唱練習	1,000
	2・3・4 週目	ハッピーイングリッシュ	○	3F研修室(2)	19:00～21:00	英会話学習	1回 400
		ボクユウ遊	○	3F研修室(1)	19:00～21:00	書道サークル	3,500
水	月4回	社交ダンス友の会	○	4F軽運動室	10:00～12:00	社交ダンス	2,000
	1週目 3週目	コスモス桜	○	4F集会室	10:00～12:00	ちぎり絵	
		フユウ遊	無	3F講習室(1)	10:00～15:00	洋裁	
	1週目 3週目	歌とおしゃべり	○	1F創作作業室	13:00～14:30	歌とおしゃべりで親睦	1,000
		藤友会	無	3F会議室(和)	13:00～16:00	日本舞踊	
		さわやか	無	4F軽運動室	13:30～14:30	体操	1,500
		スワン	○	4F軽運動室	15:00～18:00	バレエストレッチ	1回 500
		ステンドグラス愛好会	無	3F講習室(2)	18:00～21:00	ステンドグラス制作	500
		卓球	無	4F軽運動室	18:30～21:00	卓球	
		アリッサ夢	無	3F会議室(和)	18:30～21:00	着付 礼法	1,000

曜日	週	サークル名	募集	活動時間及び場所		活動内容	部費(月)
木		稚内友の会	○	3F研修室(1)	9:30～12:30	生活勉強会	570
		グラスアート	○	3F講習室(2)	9:00～15:00	ステンドグラス製作	500
		P o n ・ P o n	無	3F講習室(1)	9:00～12:00	麻雀	
		木曜カラオケ	無	4F音楽室	9:30～11:45	歌を通じて親睦	
	月4回	シルバー健康美体操	無	4F軽運動室	10:00～11:15	健康体操	1,300
		楽々ハングル同好会	○	3F研修室(2)	10:00～12:00	韓国語学習	
		木曜手芸	○	4F集会室	10:00～12:00	手芸	300
		カトレア会	○	1F創作作業室	10:00～12:00	アートフラワー	2,500
	1週目	短歌冬涛の会	○	3F研修室(2)	13:00～16:00	短歌研修	500
		琴翠会	○	4F音楽室	13:00～16:00	詩吟練習	1,500
	1・3木曜 毎週土曜	フラサークル モアナ	○	3F会議室(和)	木13:00～15:00 土13:30～15:30	ゆったりフラダンス	1,000
	2週目 4週目	キラ楽羅	○	3F会議室(和)	13:30～15:30	着付け	1,000
		リリコクラス	○	4F軽運動室	16:00～19:00	フラダンス	1,000
		韓国語サークル	○	3F研修室(2)	19:00～21:00	韓国語学習	5,000
		ふくじゅそう	○	1F創作作業室	19:00～20:30	書道サークル	3,500
土	土/日	美琴	○	4F音楽室	9:00～13:00	琴レッスン	5,000
		さわやかダンス	○	4F軽運動室	10:00～11:45	社交ダンス	3,000
	3週目	近代押花愛好会	○	1F創作作業室	10:00～17:00	押し花制作	
	1週目	つむぎ短歌会	○	1F創作作業室	11:00～15:00	短歌の学びあい	500
	2週目 3週目	あけぼの会	○	4F集会室	11:30～14:30	大正琴	
	月1回	琴エスワールド	○	4F音楽室	12:00～17:30	箏・三絃の練習	個人別月謝
		レアレア	○	4F軽運動室	13:00～15:00	フラダンス	2,000
	1週目 3週目	絵画友の会	○	3F講習室(2)	13:00～15:00	絵画教室	1回 1,000
	1週目	プラスアルファ	○	3F研修室(1)	13:00～15:30	絵手紙	900
	2週目	むらさき短歌会	○	1F創作作業室	13:00～16:00	短歌研修	1,000
	2週目 3週目	ハンドクラフト	○	3F講習室(1)	13:00～16:00	革・手芸他全般	
	最終週	朔北美術サークル	○	3F講習室(2)	13:30～15:30	美術全般の制作	
		フラシスターズ	○	4F軽運動室	15:00～18:00	フラダンス	2,000
日		太極拳つるぎの会	無	4F軽運動室	9:00～12:00	太極拳	
		パッチワーク桜	○	3F講習室(1)	13:00～15:00	パッチワーク制作	
		フレッシュダンス	○	4F軽運動室	13:00～15:00	社交ダンス	3,000
	火/日	稚内土曜の会	○	火 4F軽運動室 日 3F会議室(和)	13:00～16:00	日本舞踊	
		ブリエ	○	4F軽運動室	15:00～17:00	子供クラシックバレエ	3,000
		清心流空手道拳真会	○	4F軽運動室	17:00～19:30	空手	2,000
		サンデーテニス	○	体育センター	18:00～21:00	硬式テニス	1,000